

～今からの備え・コミュニケーション・自分事として考える～

身近で発生している地震、風水害。いつどこで起きても不思議ではありません。まずは、「自分の身は自分で守る」ことが大切です。いざというとき、何を持っていけば身の安全を守れるか、不安が少なくなるかなど、家族、友人、ご近所の方とお話ししてみませんか。必要な物のリスト作成、避難所まで歩いてみたり、今からできる準備をしておきましょう。普段からの小さな積み重ねが「いざというときに」役立ちます。また災害時には、近隣の住民同士の協力、助け合いが必要です。日頃から、あいさつをかわしたり、町会の防災訓練に参加するなど、お互いに顔の見える関係づくりが大切になります。マイトリーヘルプサービスでは、防災の参考書「東京防災」など資料の貸し出しもしています。ぜひ、ご活用ください。



防災士 矢作芳恵

2024年 標語が決定！「共に生き ともに歩もう 認知症」



共に生き
ともに歩もう
認知症

世界アルツハイマーデー
(認知症の日)
9月21日は世界アルツハイマーデー (認知症の日)です。
公益社団法人
認知症の人と家族の会

毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、さまざまな取り組みを行っています。日本では、公益社団法人「認知症の人と家族の会」がポスターやリーフレットを作成し、認知症への理解を呼びかけるなど、さまざまな活動を行っています。

～介護・よろず相談 ひとりで悩まずご相談ください～



- ・電話相談 0120 - 294 - 456 月～金 10時～15時 (認知症人と家族の会)
 - ・マイトリーヘルプサービス 045 - 439 - 5258 10時～16時
- ※相談先のご紹介、認知症の人と家族の暮らしを支える手引きなどあります。

9月のほっとサロン・お知らせ

	粘土フラワー	絵手紙	押し花	パステル画
日時	9月9日(月) 13時～15時	9月21日(土) 13時～15時	9月24日(火) 13時～15時	9月27日(金) 13時～15時
テーマ	好きな作品	お彼岸の花と和菓子	押し花シール	秋の風景
担当者	坂元のり子さん	和川法子さん	西村久美江さん	太田慶子さん
資料代	600円	600円	750円	600円
場所	マイトリーヘルプサービス			
参考作品				

